

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 95 (2017)
Heft: 12

Artikel: Ich schenke dir ein Herz
Autor: Schärer, Werner
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1078633>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Die Weihnachtsaktion der Migros kommt Menschen zugute, die sich mit ihren Sorgen alleingelassen fühlen.

Ich schenke dir ein Herz

Schoggi schenken und Gutes tun. Mit dem Erlös der diesjährigen Weihnachtsaktion der Migros wird Pro Senectute den Besuchsdienst für alleinstehende Seniorinnen und Senioren weiter ausbauen.

Ischänke dr mis Härz», so lautet ein bekannter Song von Züri West. Hat man ihn einige Male gehört, so wird er unweigerlich zum Ohrwurm. Das Herz, als Sinnbild der Liebe und als Ort der Gefühle, hat in der Literatur und Kunst einen wichtigen Platz, aber auch im Alltag der Verkaufsgeschäfte. Nicht nur am Valentinstag werden Herzen in allen Variationen verkauft, sondern das ganze Jahr hindurch.

Ein ganz besonderes Herz ist das Schoggiherz. Dieses gibt es inzwischen in unzähligen Ausführungen – klein und gross, hohl oder gefüllt, aus weisser, brauner oder schwarzer Schokolade, angereichert mit Nüssen oder allen erdenklichen weiteren Zugaben.

Selber liebe ich Schokolade über alles – vielleicht auch deswegen, weil ich als Kind kaum je welche erhalten habe. Meine Eltern betonten stets, wie schädlich Schokolade für Kinder sei und nicht nur deren Zähne ruiniere. Diese Mei-

nung teile ich seit der Mittelschulzeit nicht mehr und behaupte seither sogar das Gegenteil. Verschiedene Prüfungen und auch den Militärdienst habe ich nämlich nicht zuletzt dank Schokolade gut überstanden. Heute freue ich mich an speziellen Schoggikreationen, die sich – trotz vieler Kalorien – als originelle Geschenk oder Mitbringsel eignen.

Einsamen Menschen Freude bereiten

Die Schoggiherzen der Migros, die bis Weihnachten verkauft werden, sind eine gute Idee. Wer ein solches kauft, bereitet nämlich zweimal Freude. Einerseits einer der fünf Organisationen, die den Erlös erhalten und damit einsamen Menschen eine Freude bereiten können. Andererseits sich selber, indem er die Süssigkeit geniesst oder – noch besser – das Schoggiherz jemand anderem weiterschickt.

Trotz allem ist es natürlich besser, statt Schokolade Aufmerksamkeit und Zuwendung zu schenken. Das kann beispielsweise in Form eines Gesprächs geschehen, für das man sich Zeit nimmt. Aber auch mit regelmässigen Besuchen, einem gemeinsamen Spaziergang oder kleinen Handreichungen, die im Alltag Unterstützung und Hilfe bringen.

Zuwendung und Zeit als kostbares Gut – das liegt wohl unter keinem Weihnachtsbaum. An sich wäre es aber gar

nicht so schwierig, dies in die Tat umzusetzen, nur wissen wir manchmal nicht wie – oder wir denken, es fehle uns dafür die Zeit. Die Weihnachtsaktion der Migros hilft diese Lücke zu füllen. Unter dem Motto «Wir lassen niemanden alleine» sammelt die Migros Spenden für Menschen, die aufgrund ihrer sozialen und finanziellen Sorgen einsam sind. Mit dem Kauf eines Schoggiherzens an der Kasse Ihrer Migros-Filiale unterstützen Sie Projekte von Caritas, HEKS, Pro Juventute, Pro Senectute und der Winterhilfe.

Pro Senectute wird die Spendeneinnahmen für den Ausbau des Besuchsdienstes für alleinstehende Seniorinnen und Senioren verwenden. Wir kümmern uns um diese Menschen mit ihren Sorgen und organisieren regelmässige Besuche. Wir bieten so Unterstützung im Alltag, und dies nicht nur finanzieller Art.

Deshalb werde ich bei nächster Gelegenheit Schokolade mitbringen: Dieses Mal in Herzform und mit nur 27 Gramm Gewicht. Ich bin mir sicher, dass dieses Mitbringsel Freude bereiten wird – sogar zweimal! *



● **Werner Schärer**
ist seit 2007 Direktor von Pro Senectute Schweiz.